

認知症高齢者に対するレクリエーション として「かるた」を行う意義

松 山 郁 夫

Signification to Do KARUTA as a Recreation to the Elderly with Dementia

Ikuo MATSUYAMA

要 旨

本研究の目的は、表象的思考が可能と考えられる会話ができる認知症高齢者におけるかるたに対する取り組み方について検討することである。かるたを行う被験者は特別養護老人ホーム及び認知症対応型通所介護を利用している会話が可能な認知症高齢者計27人とした。かるた終了後独自の15項目からなるチェックリストによって取り組み方の評価を行うとともに、検査者からかるたを行った被験者の行動及びかるたに対する意見・感想を記述した。その結果、注意を集中し持続して取り組むことで達成感が得られること、取り札を取るたびに褒められることで意欲的に取り組むようになり学習効果が得られること、他者とのコミュニケーションをとることも有効であること、及び取り札の図柄には馴染みの人や物の写真を使用すると親しみを持って会話をするにつなげることが示唆された。

Key word : かるた 認知症高齢者 表象的思考 レクリエーション コミュニケーション

I. はじめに

認知症高齢者は病勢が進むにつれてことばの使用や理解が難しくなり、ことばで意志を伝え気持ちを表現することもできなくなってくる。それにつれ周囲もまた認知症高齢者の意志や気持ちを理解することが困難になる¹⁾。このため、周囲からの認知症高齢者に対する理解できない言葉かけ等の働きかけが多くなり、不穏状態、攻撃的行動、拒否的態度を誘発することになってくる。これらのことは、認知症高齢者の状態を発達の観点から検討していないことによると考えられる²⁾。

他者とのコミュニケーションが成立するには、コミュニケーションにおいて何らかの意味ある表象が伝達されることが条件となる。発信者の表象が記号化され受信者によってそれを意味ある表象として再現され、意思や情報が相手に伝わる。表象的思考とは表象を用いて実際の感覚運動的な動作に訴えることなく、具体物や実物から離れて頭の中でいろいろ描いたり筋道を立てたり関係进行操作する思考のことをいう³⁾。

表象的思考が可能な認知症高齢者は、言語による関係の理解ができるため他者との会話をする事ができるため、認知症の程度が軽度或いは中等度の一部は表象的思考ができることになる。特に、太田ステー

ジによってStageⅣと評価された認知症高齢者は、物と物との関係を言語で理解する。したがって、小集団のなかでルールを理解した上でかるた等言語を介したゲームを楽しむことができると考えられる。現在、かるたについては認知症介護予防プログラムにおける芸術療法として用いられている⁴⁾。

日本には認知症高齢者の介護を行う福祉施設として、1963年に制定された老人福祉法のなかに規定された特別養護老人ホームがある。また、2005年に改正された介護保険法により、2006年から施行されている地域密着型サービスとして新設された認知症対応型通所介護、及び介護予防認知症対応型通所介護は、脳血管疾患、アルツハイマー病等により記憶機能等の認知機能が低下し日常生活に支障が生じている要介護者及び要支援者に対して、デイサービスセンター等において、入浴、排せつ、食事等の介護、機能訓練を提供するサービスである。要介護度が要支援1と要支援2の高齢者は、介護予防認知症対応型通所介護のサービスを、要介護1～5の高齢者は、認知症対応型通所介護のサービスを利用できるようになっている。

これらの福祉施設のなかには、認知症高齢者に対するレクリエーションとしてかるたを行うところがある。しかしながら、認知症高齢者に対するかるたへの取り組み方、及びかるたを行うことが認知症高齢者の心身に及ぼす影響について明らかにされていない。

これらのことから、本研究の目的は、表象的思考が可能と考えられる会話ができる認知症高齢者が、かるたにどのように取り組むのかを観察し、認知症高齢者に対してレクリエーションとしてかるたを行う意義を検討することとする。

Ⅱ. 方 法

1. 被験者

かるたを行う被験者は特別養護老人ホーム及び認知症対応型通所介護を利用している計27人の認知症高齢者で、著明な麻痺がなく歩行が可能で他者との会話ができる認知症高齢者とした。被験者の性別、年齢、精神医学的診断、要介護度については次の通りであった。

男性が7人(25.9%)、女性が20人(74.1%)であった。

年代は、60歳代1人(3.7%)、70歳代3人(11.1%)、80歳代17人(63.0%)、90歳代6人(22.2%)で、平均年齢(標準偏差)は84.0歳(7.1歳)であった。

精神医学的診断は、老年性認知症が7人(25.9%)、脳血管性認知症が4人(14.8%)、アルツハイマー型認知症が3人(11.1%)、未記入等も含めて診断名が明確でない者14人(51.9%)であった。

要介護度は、要支援1が2人(7.4%)、要介護1が13人(48.2%)、要介護2が3人(11.1%)、要介護3が9人(33.3%)であった。認知症の重症度は軽度が16人(59.3%)、中等度が11人(40.7%)であった。

会話については、長くできる16人(59.3%)、2～3往復程度できる7人(25.9%)、1往復程度できる4人(14.8%)であった。

2. かるたの実施方法

特別養護老人ホーム1か所と認知症対応型通所介護1か所に、事前に本研究の趣旨を説明した上で合意を得た後、各施設において認知症高齢者に対して2008年10月にかかるたを実施した。実施する前にレクリエーションとしてかるたを行うことを被験者に説明した後、20～30分程度、3～4人の認知症高齢者でかるたを行うようにした。かるたを行う手順は表1の通りとした。計27種類の読み札(図1)には、日頃認知症高齢者に接している職員や果物の名前などの単語や短いフレーズが書いてあり、読み人(介護職員)が声に出して読む。取り札には、読み札の内容の写真と、読み札の単語や短いフレーズの最初の音がひらがなで目立つように書いてあり、読み札を読むのに合わせて取り合う。なお、被験者となる認知症高齢者に

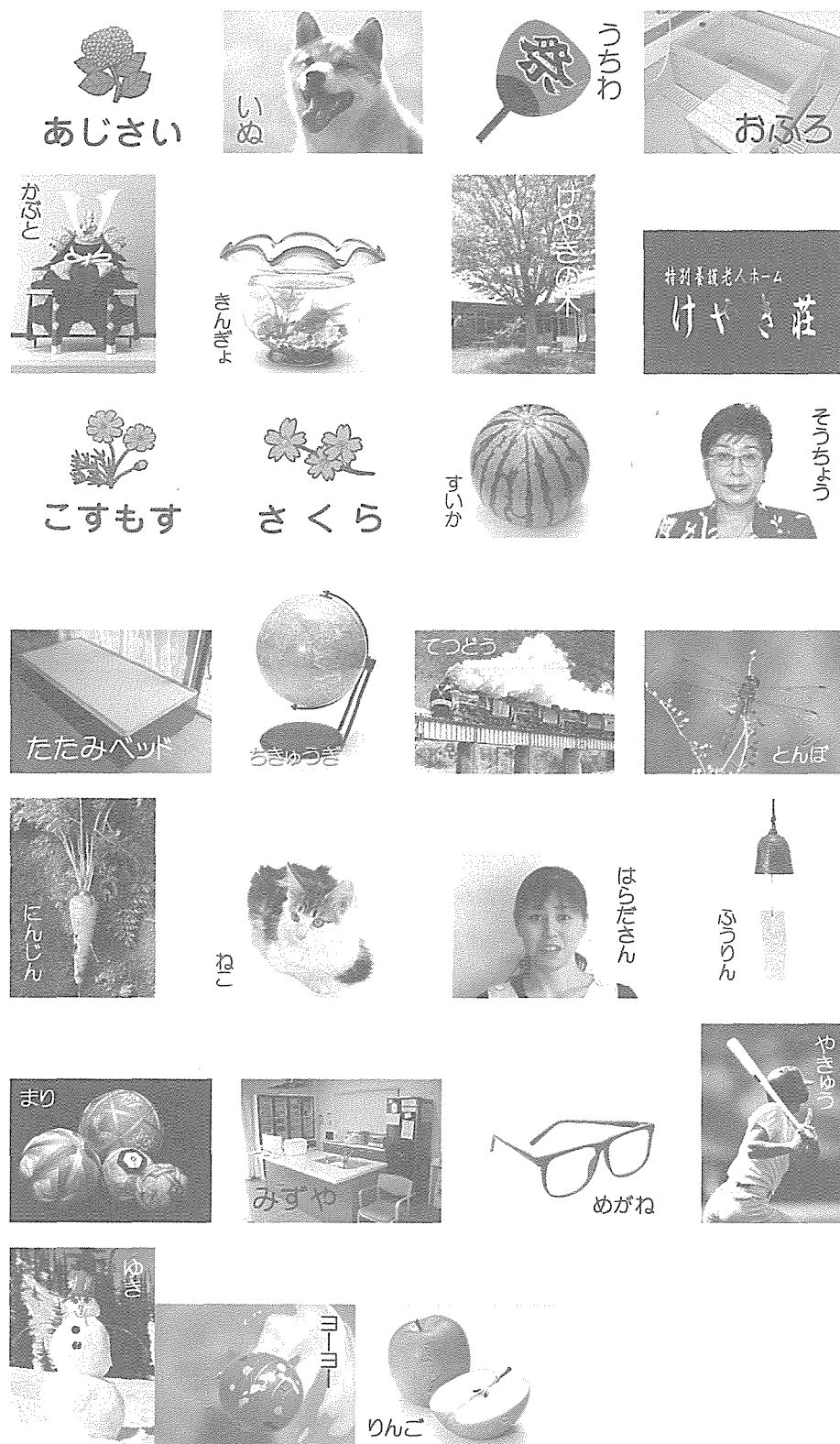


図1 使用したかるた（1枚あたりの大きさは2L版）

は取る人としての役割に限定して行うことにした。

表1 かるたを行う手順

1. 3～4人程度の認知症高齢者（被験者）に椅子に座ってもらう。
2. テーブルの上に取り札を取る人（被験者）に見やすいように5～10枚程度並べる。
3. 読み人（介護職員）が読み札を読む。
4. 被験者は読み札に合った取り札を押さえる。最初に押さえた方がその札を取る。
5. 全ての読み札、取り札がなくなるまで繰り返し行う。
6. 一番多くの取り札を取った被験者の勝ちとする。

3. 調査項目・分析方法

これまで、認知症高齢者に対するレクリエーションの一環としてかるたが使われることはあるが、認知症高齢者のかるたへの取り組み方やどのような効果があるのかが検討されていない。このため、予備調査として介護職員5人に福祉施設において利用者である認知症高齢者に対してレクリエーションを行うときに、どのような反応を注意して見ているのかを複数記述してもらった。そのなかで複数回答があった15項目を選定し、被験者である認知症高齢者がかるたに対して取り組む様子を介護職員が観察して記入する独自のチェックリストを作成した。被験者がかるたに取り組む程度15項目（表2）についての回答として「思わない」、「あまり思わない」、「いつもと同じ」、「やや思う」、「思う」と表記し、あてはまるもの1つに○を付けるようにした。さらに、検査者である介護職員から、かるたを行った被験者の多くに見られた行為、少数に見られた行為、及びかるたに対する意見・感想を聴取した。

検査者は、日々被験者の介護を行っている介護職員とし、かるた終了後検査者3人で確認しながら、15項目のあてはまる箇所にチェックしてもらうようにした。検査者である介護職員は計13人で、平均年齢30.5歳、介護経験年数6.5年であった。27人の被験者全員について項目ごとに「思わない」から「思う」までのチェック数とパーセンテージを算出した。さらに、検査者から得られた、かるたを行った被験者の多くに見られた行動、少数に見られた行動、及びかるたに対する意見・感想を記述した。

Ⅲ. 結 果

被験者のかるたへの取り組みに関する調査項目の回答状況については、表2の通りであった。15項目の平均について、「やや思う」「思う」のどちらかに回答をした者が50%を超える項目は、「集中している」、「長く取組んでいる」、「達成感がある」、「最後までしている」、「褒めると喜ぶ」、「興味を示す」、「ルールを理解しているかどうか」がわかりやすい」の7項目であった。また、検査者から得られた、かるたを行った被験者の多くに見られた行動、少数に見られた行動、及びかるたに対する意見・感想は表3の通りであった。

Ⅳ. 考 察

表象的思考が可能と考えられる会話ができる認知症高齢者に対してかるたを行った結果、認知症高齢者は、かるたに取り組んでいるときの方が普段の様子よりもかるたに集中していること、長く取り組んでいること、達成感があること、最後までしていること、褒めると喜ぶこと、興味を示すこと、及びルールを理解しているかどうかのわかりやすことが伺えた。したがって、かるたに興味を示しルールが理解できる

表2 被験者のかるたへの取り組みに関する各調査項目の回答状況

単位：人（％）

質 問 項 目	「思わない」	「あまり思わない」	「いつもと同じ」	「やや思う」	「思う」
1. 集中している	0 (0.0)	4 (14.8)	5 (18.5)	13 (48.1)	5 (17.9)
2. 長く取組んでいる	0 (0.0)	5 (18.5)	6 (22.2)	12 (44.4)	4 (14.8)
3. 自分でしている	1 (3.7)	1 (3.7)	11 (40.7)	10 (37.0)	3 (11.1)
4. 意欲的にしている	0 (0.0)	4 (14.8)	12 (44.4)	10 (37.0)	1 (3.7)
5. 表情がでている	0 (0.0)	3 (11.1)	13 (48.1)	6 (22.2)	5 (18.5)
6. 発声や言葉がある	0 (0.0)	5 (18.5)	16 (59.3)	3 (11.1)	3 (11.1)
7. 喜んでいる	0 (0.0)	5 (18.5)	16 (59.3)	4 (14.8)	2 (7.4)
8. 達成感がある	0 (0.0)	3 (11.1)	8 (29.6)	10 (37.0)	6 (22.2)
9. 最後までしている	2 (7.4)	3 (11.1)	8 (29.6)	8 (29.6)	6 (22.2)
10. 褒めると喜ぶ	0 (0.0)	0 (0.0)	7 (25.9)	12 (44.4)	8 (29.6)
11. 興味を示す	0 (0.0)	1 (3.7)	9 (33.3)	13 (48.1)	4 (14.8)
12. コミュニケーションをとりやすい	0 (0.0)	1 (3.7)	15 (55.6)	7 (25.9)	4 (14.8)
13. 働きかけに対する反応がわかりやすい	0 (0.0)	3 (11.1)	17 (63.0)	7 (25.9)	0 (0.0)
14. ルールを理解しているかどうかのわかりやすい	0 (0.0)	3 (11.1)	6 (22.2)	14 (51.9)	4 (14.8)
15. 手指をよく動かしている	0 (0.0)	2 (7.4)	14 (51.9)	7 (25.9)	4 (14.8)

※各質問項目の冒頭に「普段の様子に比べて」という文章が入っている。

認知症高齢者にとって、かるたは注意を集中し持続して最後まで取り組むことで達成感も得られ、取り札を取るたびに褒められるため、学習効果が得られやすいと考えられる。

認知症高齢者の問題行動に対して行動療法が有効との知見があるが⁵⁾、認知症高齢者に対してかるたを行うと、取り札を取ったときに介護職員が褒めることが正の強化子となり、より意欲的に取り組むようになるかと推察される。

認知症高齢者の多くは、取り札の絵を見た後に文字を見て確認した後取り札に手を伸ばし、取り札を取ったときに嬉しそうな表情をするため、かるたのルールの理解ができていると介護職員は捉えていた。また、取り札の白色の背景に書いてある文字をスムーズに読むことができるが、着色してある背景に書いてある文字はスムーズに読めないこと、背景がなく主題となるものだけの取り札への反応が良かった。このため、取り札には、文字が見やすく図柄が単純で、色彩や明暗がはっきりした視覚的にわかりやすいものが求められる。

認知症高齢者は、介護職員の顔の写真や生活している施設内の写真の取り札、及び果物と野菜の写真の取り札への反応が良いため、馴染みの人や物に親和性があると見られる。また、介護職員は、取り札の写真等の図柄を見ながら関連する話題で会話をすることができること、いつも接している介護職員の顔の写真や、生活している施設内の花等の物品や部屋の写真の取り札の場合、それを話題にして会話を楽しめること、及び認知症高齢者が昔使用していた道具や生活用品等の物品の方がさらに親しみを持って会話ができることを感じていた。認知症高齢者とのコミュニケーションがとれれば、認知症高齢者が精神的に安定して生活できるようになる⁶⁾。加えて、認知症高齢者の人間性を尊重しながら過去の経験を語ってもらうように働きかける技法として回想法があるが⁷⁾、かるたの図柄を話題にして会話を行うことは、回想法としての心理教育的なアプローチとしての意義を持つと言えよう。したがって、取り札の図柄に馴染みの人

表3 かるたを実施した検査者（介護職員）の意見・感想

<p>○被験者（利用者）の多くに見られた行動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 取り札の絵を見たあとに文字を見て確認してから、取り札に手を伸ばす。 ・ 施設職員の顔及び生活している施設内の写真の取り札は、その他の取り札よりも取ろうとする。 ・ 白色の背景に書いてある文字はスムーズに読むことができるが、着色してある背景に書いてある文字はスムーズに読めない。 ・ 取り札の写真を見ながら、関連する話題で会話をするができる。 ・ 取り札を取ったときに嬉しそうな表情をする。 ・ 果物と野菜の写真の取り札への反応が良い。 ・ 背景がなく、果物だけ等の主題となるものだけが写っている取り札への反応が良い。 ・ いつも接している施設職員の顔の写真や、生活している施設内の花等の物品や部屋の写真の取り札の場合、それを話題にして会話を楽しめる。 ・ 利用者が昔使用していた道具や生活用品等の物品の方がさらに親しみを持って会話ができる。
<p>○被験者（利用者）の少数に見られた行動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 施設職員の顔及び生活している施設内の写真の取り札よりも、一般的な風景や物の写真の取り札の方に興味を持っていた。 ・ 取り札をとることができないために、苛立ってきた。 ・ 日頃、レクリエーションに参加することのない利用者が、集中して取り組んでいた。 ・ かるたに取り組むと、文字を読むことに興味を持つ利用者がいた。
<p>○かるたに対する意見・感想</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 利用者によって、興味の示し方やルール理解の仕方に個人差がある。 ・ 個人差に応じて、会話に役立てるなどして使い方を工夫すれば楽しめる。 ・ 札は大きめの方が使いやすい。 ・ 季節ごとの取り札があると、利用者は季節感を抱きやすくなる。 ・ かるた等を使うと、介護職員と利用者の関わりや、利用者同士の関わりが増える。

や物の写真を使用すると、かるたに対して意欲的に興味を持って取り組むようになるだけでなく、親しみを持って会話することや回想法としての効果を得ることにつながると推察される。

なお、少数ではあったが一般的な風景や物の写真の取り札の方に興味があったり、取り札をとることができないために苛立ったりする場合があるため、これらへの対応を考慮する必要がある。また、日頃レクリエーションに参加することのない利用者が集中して取り組んだり、文字を読むことに興味を持ったりする様子も見られたことは、かるたのルールや取り札の文字に興味があることを示唆していると言える。

さらに、介護職員はかるたについて、興味の示し方やルール理解の仕方に個人差があること、会話に役立てるなど個人差に応じた使い方を工夫すれば楽しめること、及び介護職員と利用者の関わりや利用者同士の関わりが増えることを感じていた。つまり、他者とのコミュニケーションをとることに有効と考えられる。また、取り札は大きめの方が使いやすいこと、季節ごとの取り札があると季節感を抱きやすくな

と感じたことから、取り札が大きめで、季節感のある図柄のかるたを使う工夫も必要であろう。

V. 結 論

表象的思考が可能と考えられる会話ができる認知症高齢者に対してかるたを行った結果、以下のことが考察された。

- ① 注意を集中し持続して最後までかるたに取り組むことで達成感が得られ、さらに取り札を取るたびに褒められることにより意欲的に取り組むようになり、学習効果が得られ、他者とのコミュニケーションをとることに有効である。
- ② 取り札の図柄に馴染みの人や物の写真を使用すると、かるたに対して意欲的に興味を持って取り組むようになるだけでなく、親しみを持って会話をすることにつながる。
- ③ 取り札は文字が見やすく図柄が単純で、色彩や明暗がはっきりした視覚的にわかりやすいもの、大きめで、季節感のある図柄のかるたを使う工夫が必要である。
- ④ 一般的な風景や物の写真の取り札の方に興味があったり、取り札をとることができないために苛立ったり、かるたのルールや取り札の文字に興味を持ったりする場合があるため、これらへの対応を考慮する必要がある。

引用文献

- 1) 井上勝也：高齢者の心理—知能と痴呆症をめぐって—, 日老医誌, 39: 1-7(2002).
- 2) Miller E, Morris R: The Psychology of Dementia. John Wiley & Sons Ltd, 佐藤眞一訳：痴呆の心理学入門, 中央法規出版, 東京, 8-26(2001).
- 3) 内田伸子：表象的思考, 発達心理学辞典(岡本夏木, 清水御代明, 村井潤一監修), ミネルヴァ書房, 京都, 587(1995).
- 4) 今井真理 高齢者の芸術療法 認知症介護予防プログラム 弘文堂 2007
- 5) 曾我昌祺・日下菜穂子編 高齢者のこころのケア 金剛出版 2006
- 6) 松山郁夫 認知症高齢者の表象能力の測定と評価 佐賀大学文化教育学部研究論文集 12(2) 273-279 2008
- 7) 黒川由紀子 認知症と回想法 金剛出版 2008

謝 辞

本研究において、社会福祉法人こもれび会特別養護老人ホームけやき荘松永宣子氏と宮島優氏、社会福祉法人吉野ヶ里町社会福祉協議会寺崎秀典氏と野中由紀子氏、株式会社ニューエイジ立川恵子氏と水落綾子氏、株式会社オフィス・タカハシ高橋勝則氏と権藤蘭子氏、及び関係する職員の方々にご協力いただきました。記して感謝申し上げます。